

広報みと mito

9

令和8(2026)年
No.1606

学び、楽しむ、交流する



水戸市民会館
MITO CITY CIVIC CENTER

たくさんのご利用ありがとうございます

オープンから3年経った、水戸市民会館。

市民の皆さんに支えられて、これまでに350万人の方々にお越しいただきました。

これからも市民の皆さんとともに、地域に根ざした場所となるよう努めていきます。

4ページからの特集では、市民会館にあるさまざまな施設を紹介します。



ずっと私らしくいるために

受けよう 乳がん検診

9月は「がん征圧月間」です

ID 0005135

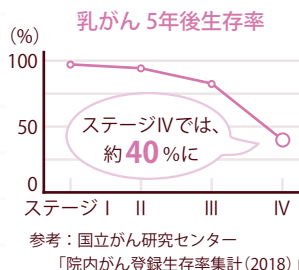
問合せ ▶ 健康づくり課 (☎243-7311)

年間約9万人が乳がん

9人に1人の女性が、生涯のうち診断されるといわれる乳がん。年間約1万5千人もの患者が、乳がんを命を落としています。

乳がんは、早期に治療すれば治る可能性が高い一方で、進行すると生存率が大きく下がる、命に直接関わる危険な病気です。

症状に気づきにくいからこそ、早めに検診に行き、あなた自身の未来を守りましょう。



乳がん検診がもっとお得に！

今年度から、女性を対象に、乳がん検診の個人負担金が最大**800円安**くなりました。お得になったこの機会に受診して、早期発見・早期治療を心がけましょう。

年齢	内容	負担金
30～66歳	超音波検査	1,200 円
41～49歳	マンモグラフィ	2方向 1,700 円
50～69歳		1方向 1,200 円
70歳以上		600 円

※検診の受け方や対象者など、詳細は、市ホームページをご覧ください。

触って、見て、意識する！

今日からできる ブレストアウェアネス

「ブレストアウェアネス」とは、日頃から乳房を意識する生活習慣のことです。普段から4つのことを心がけ、自分の乳房の状態を確認しておくことで、乳がんの早期発見につながります。

1 自分の普段の乳房の状態を知る

2 しこりなど、乳房の変化に気をつける

3 変化に気づいたら、すぐに医療機関を受診

4 40歳になったら、2年に1回乳がん検診を受ける

CONTENTS

— 目次 —

- 03 5歳児健康診査が始まりました
- 04 特集 もっと身近に！
水戸市民会館へ
行ってみよう、使ってみよう
- 08 「未来のアタリマエ」をつくる
男女平等参画のあゆみ
- 10 Event & Seminar
イベント & 講座情報
- 16 Information お知らせ
- 21 Health Guide —ヘルス・ガイド—
- 22 みとっこ子育てnavi
- 23 いきいきシニア情報館
- 24 Meet in Mito
～水戸で輝く人に会いにいく～

掲載している情報は8月18日現在のものです

納期

納期限は **9月30日(水)** です

納付するもの	課税に関する 問合せ	納付に関する 問合せ
固定資産税・ 都市計画税(第3期)	資産税課 (☎232-9141)	収税課 (☎232-9145)
国民健康保険税 (第3期)	国保年金課 (☎232-9526)	
後期高齢者医療 保険料(第3期)	国保年金課(☎232-9528)	
介護保険料(第3期)	介護保険課(☎232-9194)	

※以下の窓口での市税等の収納業務を終了します。
・市民センター ▶ 令和9年3月31日
・出張所 ▶ 令和10年3月31日

市税等の納付には口座振替が
おすすめです。詳細はこちら⇒





5歳児健康診査が 始まりました

ID 0117988

問合せ ▶ 子育て支援課 (☎350-1216)

こどもの成長・発達を確認し、就学に向けてところや身体が元気に育つよう、今年度から5歳児健診を開始しました。

5歳児の頃は、言葉の理解やコミュニケーション能力、社会性が高まり、こころも身体も大きく成長するとともに、親が抱える子育ての悩みも多様化します。こどもが安心して小学校に通えるよう、5歳児健診を受けましょう。

対象 ▶ 5歳0～11か月児(令和3年4月2日～令和4年4月1日生まれの年中児)

※対象の方には、4歳11か月を迎えたころに受診案内を送付します。受診案内に記載されている日時にお越しください。

食の好き嫌いが多くて、
給食が食べられない…

こんな悩み ありませんか？

こどもとの関わり方、
これで合ってる？



マイペースなところは、
性格？それとも発達に
心配があるの？

園生活で初めてのことは
不安で緊張してしまう…。
就学してから大丈夫？



健診では、育児の困りごとやこどもの苦手なことなど、さまざまな悩みを専門家に相談できます。すぐに解決するのが難しい場合でも、通っている園で見守りをしてもらえるように連携したり、苦手を克服するためのコツを学べる場所を紹介したりして対応します。

健診ではどんなことをするの？



① 問診

こどもや保護者に、育児や日常生活について話を聞きます



② 計測

保育士が見守り、こどものみで着替えをして、身長と体重を測ります



③ 診察

小児科医が診察をし、こころや身体の手配事を聞きます



診察後、
個別相談
もできます

希望者・個別相談が必要な方へ、心理士・言語聴覚士・家庭児童相談員・保健師・栄養士が相談に応じます。

健診後の相談先

●こども発達支援センター 「すくすく・みと」

こどもの行動面や、言葉の手配事に対し、臨床心理士・言語聴覚士・社会福祉士が相談や検査を行い、こどもに合った関わり方をアドバイスします。



●ことば・こころの教室 (五軒・緑岡・百合が丘・妻里分室)

ことばや情緒面の発達に心配がある年中児・年長児を対象に、個別または小集団による療育指導を行います。

●専門医療機関

治療が必要になる可能性がある場合は、専門医療機関を紹介します。



もっと身近に！ 水戸市民会館へ 行ってみよう、使ってみよう

市民会館には、大規模なコンサートやイベントを鑑賞するホールの他に、勉強や読書、趣味の活動など、日常的に過ごすことができる場所もたくさんあります。今回の特集では、市民会館の幅広い使い方を紹介します。

問合せ▶講座や施設の予約は市民会館(☎ 303-6226)、その他については文化交流課(☎ 291-3846)

市民会館音楽祭【グロービスホール(大ホール)】

いつも市民会館をご利用いただきありがとうございます！
／ ございます。ぜひ遊びに来てください！



**来館者数350万人達成！
親しみを持てる場所に**

市民会館は、令和5年の開館から3年が経過し、おかげさまで350万人を超える皆さんにご来館いただいています。著名なアーティストのコンサートや全国規模のコンベンションの開催などといった大規模イベントから、各種市民団体の発表会や市内企業による会議・セミナーでの利用、親子や学生によるギャラリー、ラウンジなどのフリースペースの利用まで、幅広い世代の皆さんで連日にぎわっています。

引き続き、市民の皆さんがいつでも気軽に利用でき、親しみを持てるような施設を目指します。ご来館をお待ちしています。

アクセス



住所▶泉町 1-7-1

開館時間▶8:30～22:00

休館日▶年末年始と臨時休館日

水戸市民会館
ホームページ▶



【車】

周辺の有料駐車場(500m圏内に約4,600台)をご利用ください

- ・五軒町立体駐車場(水戸芸術館東側) 283台
- ・五軒町地下駐車場(水戸芸術館地下) 217台 など

周辺の有料駐車場はこちら▶



【バス】

水戸駅北口(4～7番のりば)から約5分、「泉町一丁目」で下車して徒歩1分

【シェアサイクル「みとちやり」】

水戸駅北口のステーションから15分以内

おすすめ

01 イベントを開く・楽しむ

小ホールや展示室など、多様なイベントスペースの貸出を行っています。季節のイベントやお稽古・サークルの発表会などに利用することができます。施設の使い方によって、数十名〜3,000名規模のさまざまな催しが可能です。



利用者の声

夏祭りを開催(泉町保育園) 【小ホール】

園児による和太鼓やおみこし、盆踊りのほかに、ゲームなどの出店も。窓から望む芝生広場が開放感を演出します。「悪天候や暑さを気にせず開催できるのがいいですね。参加する親子からも好評ですよ」と武居敦子園長。同園と市民会館が近いこともあり、気軽に利用していると言います。同園では音楽会も市民会館で開催。武居園長は「これからもいろいろな場面で活用していきたいと思っています」と話してくれました。

小ホール 4階

人 192名

例 ピアノ教室の発表会、結婚式、芝生広場も含めての立食パーティー、入学式や卒業式など式典の会場 ほか

壁面には鏡を備えており、ダンスの練習などに最適。扉を開放すれば芝生広場と一体的に利用することができます。グロービスホール(大ホール)の舞台と同程度の大きさのため、発表会などの予行練習にも使えます。



芝生広場

人…利用できる人数等の目安



美術展

展示室 2階

人 240名(分割可)

例 美術展、写真展、会議、相談会、商談会 ほか

可動式パネルを利用して、さまざまなレイアウトができます。部屋を分割して机といすを使用することで、複数のブースを設置することも可能です。



サッカーの試合のパブリックビューイング

ユードムホール(中ホール) 4階

人 482席(車いす席:6席)

例 保育園や幼稚園のお遊戯会、入社式などの式典、スポーツなどのライブビューイング、映画上映会 ほか

座席は肘掛けをあげて隣の席とフラットにして座ることもできます。親子で楽しむイベントに最適です。



最新の音響設備を備えたホール

グロービスホール(大ホール) 1階

人 2,000席

(車いす席:26席、親子室:8席)

例 コンサート、講演会 ほか

水戸市二十歳のつどいや吹奏楽コンクール、HANA 1st TOUR 2026など、1日の来館者数が1万人を超えるイベントやコンサートを随時開催しています。

02 講座に参加する

利用者の声

ドライフラワーのインテリアづくり教室
(driedflower works- 残香 - 代表 小泉涼介さん)
【工作室】

「材料などの搬入の導線も良く、使いやすいです」と小泉さん。「いろいろな講座があるので、ぜひ参加してみたい。市民会館を知るきっかけになるとと思います」と話してくれました。講座に参加した方からは「この講座で初めて市民会館を利用しました。また来てみたい」「百貨店との間の渡り廊下が便利」との声がありました。



学び直しや新しい趣味を発見してみませんか。詳細は、市民会館ホームページをご覧ください。各講座当日まで参加できます(定員になり次第締切り)。

申込み▶市民会館ホームページまたは窓口、電話で 問合せ▶市民会館(☎350-6060)



工作室 2階

[市民割引対象]

人 16名まで

例 Tシャツづくり、みそづくり、自由研究 など
天井が高い吹き抜けで大きな窓があり、明るく開放的な空間に。学校の工作室の机のような温かみのあるデザインの机もあり、商品撮影などにも適しています。水道や流し台を備えており、水を使う作業にも便利です。

調理室 2階

[市民割引対象]

人 16名まで

例 イベント時の調理、調理実習、料理のレシピ動画の撮影 など



隣のスタジオとつなげて利用することができるので、料理教室やランチ会、パーティーのレンタルキッチンとしても使うことができます。

市民会館では、幅広いジャンルの講座やワークショップをたくさん開催しています。ぜひ参加ください！



利用者の声

ストレッチ(クローバース)

おすすめは目の前に広がる芸術館の塔と日本庭園の風景。気の置けない仲間と心静かに過ごす一時は、とてもリラックスできます。床が厚く柔らかいので、身体が痛くなりません。仕事帰りにも立ち寄りやすいので、楽しく続けています。

※個人での活動のため、参加者募集などはありません。

和室・板の間 4階

[市民割引対象]

人 和室 21名まで、板の間 30名まで

例 ヨガや体操教室、日本舞踊や着付けの練習、外国人留学生へのおもてなし ほか

茶道や華道以外にもさまざまな用途で使えます。内装には、県産の木材や和紙が随所に使われています。

おすすめ

03 体を動かす

開放的な空間で体を動かしてリフレッシュ。



利用者の声

アイリスフォークダンス

(アイリスフォークダンスクラブ)

2部屋をつなげて広く使うことができるので、踊りの練習にもぴったり。大きな窓があり、明るいですが、練習時はカーテンを閉めることもできます。メンバーが集まりやすい立地で、予約は窓口でもできるので、使いやすいです。

※活動に興味のある方は、アイリスフォークダンスクラブ 友部方(☎090-7946-6963)へお問い合わせください。

スタジオ 2階

[市民割引対象]

人 18名まで

例 体操教室、ダンスレッスン、試食会や新製品の説明会、子育てグループでの昼食会場 ほか

調理室と隣り合っており、両方を使ってランチ会や誕生日パーティーなどもできます。

ご利用ください！お得な市民割引

市民会館の利用料金が半額になります。

条件▶最初の問合せから7日以内に対象施設を利用する場合

対象者▶市内に居住する方または市内に所在する団体 ※任意組織で事務所がない場合は、代表者が水戸市に居住していること。

対象施設▶中会議室、小会議室、特別会議室、スタジオ、調理室、音楽室、工作室、和室、板の間

割引後の利用料金の例▶和室・板の間350円、工作室・調理室750円、小会議室350円など ※平日、1時間あたりの料金

期間限定キャンペーン

市民割引の対象者は、対象期間中の利用が半額になります。講座や教室にぜひご利用ください。

対象期間▶10月1日(木)～12月28日(月)

条件▶新規予約のみ(既存の市民割引との併用不可)、期間中1回限り

対象施設▶工作室、調理室

市民会館を予約するには(一般受付)

対象の施設によって受付期間が異なります。受付期間内に、市民会館の窓口またはメール、電話で、必要事項(①利用希望日時 ②利用希望施設 ③催事名・内容、参加人数 ④申請団体名 ⑤担当者名・連絡先)を伝えてください。

オンラインでの予約もできます。事前に利用者登録が必要です。詳細は、市民会館にお問い合わせください。

問合せ▶市民会館(☎303-6226、

✉mito-hall@c-linkage.co.jp)

オンライン施設予約について⇒



ラウンジギャラリー、ミーティングラウンジ

休憩や勉強、読書のほか、仕事前に「朝活」をする方も。無料で自由に過ごせるサードプレイスです。



音楽室 2階 [市民割引対象]

人 15名まで

例 楽器練習やバンド練習、発表会のリハーサル、動画撮影 など

時間単位の利用が可能です。防音がしっかりしているので、カラオケ練習やボイストレーニングにも。

小会議室 3階 [市民割引対象]

人 24名まで

例 WEB会議・研修会、テスト前の勉強会、小規模な打ち合せ、採用面接など

中会議室 3階 [市民割引対象]

人 36名まで

例 セミナー・研修、団体の定期総会、グループワーク ほか



中会議室

おすすめ

04 もつと気軽に

読書や勉強はもちろん、学校帰りに友人と楽器の練習をしたり、仕事の打ち合わせに使ってみたり。一人でも、1時間単位でも、利用することができます。

MitoriO を巡ってみませんか

MitoriO(ミトリオ)とは、市民会館、水戸芸術館、京成百貨店の3施設を合わせた一体的な地区の愛称です。

芸術館では質の高いさまざまな公演や展示のほか、ちょっと変わった形の窓から市内を一望できる塔も人気です。京成百貨店には飲食や土産、服飾などの専門店が並んでいます。

10月1日からは、エリア周辺を巡るスタンプラリーの開催も予定しています。MitoriOにぜひお越しください。



「未来のアタリマエ」をつくる 男女平等参画のあゆみ

問合せ／男女平等参画課（☎226・3161）

2001年、「男は仕事、女は家庭」という意識がまだ根強く残る当時、市は男女間の格差を解消するため「男女平等参画基本条例」を制定しました。

これまで、条例が施行された9月を男女平等参画推進月間と位置づけ、毎年ヒューマンライフシンプोजウムや市民企画講座を開催するなど、市民との協働により、さまざまな事業に取り組んできました。

市のこれまでのあゆみを振り返るとともに、男女平等参画を示す象徴的な事例を紹介します。一人一人が性別に左右されず、自分らしく生きられる「未来のアタリマエ」を、一緒に考えてみませんか。

1996年

全国に先駆けて 男女共同参画都市 を宣言

市では、性別にかかわらず個性と能力を十分に発揮できる社会の実現に向けて、「男女共同参画都市」を宣言しました。

この宣言では、「平等・創造・平和」を基本理念に掲げ、男女がともにわかちあい、ともにつくる社会の実現を目指しています。

2001年

男女平等参画基本条例 を施行

2001年9月28日に開催された「日本女性会議2001みと」。全国から集まった参加者が、熱い議論を交わしました。そして同日、男女平等参画社会の実現に向けて、基本理念や目指すべき姿、市・市民・事業者の責務を明らかにする同条例を施行しました。

男女文化センター (現：男女平等参画センター) 「びよんど」を開設

啓発講座を主とする事業の開催や、男女平等を推進する団体の活動支援、相談窓口の開設に加え、図書資料室を併設し、情報提供なども行っています。

2011年～

災害時の女性に配慮した 避難所づくり

東日本大震災発生時、女性目線の配慮が不足していることが課題となり、改善が急務となりました。

市では「地域防災活動(避難所運営)マニュアル」などで、原則全ての避難所に女性スタッフを含めるように体制づくりを行いました。女性用品や育児用品は個室などで配布したり、洗濯物干し場は女性専用の場所を確保したりする工夫をしています。また、防災用品として、生理用品やアレルギー対応粉ミルク、防犯ブザーなどを備蓄しています。

市では、条例に基づき市民や事業所の意識調査を行い、男女平等参画推進基本計画などを策定し、施策を進めています。

性別による
差別を
受けない

さまざまな
生き方が選べ、
決定できる

健康と
権利が
尊重される

あらゆる
活動に
平等参画

政策決定等
への
平等参画

多様な価値の
創造と形成

条例の基本理念

情報誌『びよんど』

男女平等参画課が毎年1月に発行する情報誌『びよんど』。最新のデータや関係者へのインタビューなどを掲載しています。

男女平等参画課が実施する施策や事業の詳細は、市ホームページをご覧ください。



市が行った調査では、女性の正規雇用率の低さや、家事分担の男女差が大きいことなど、いまだに課題はあります。男女平等参画社会の実現を目指して、これからも施策を進めていきます。

性的マイノリティの支援
DVなどの人権侵害の根絶

固定的な性別役割分担
などの意識変革の
さらなる促進

女性が活躍できる
就労環境づくり

2021年頃～

市立小・中・義務教育学校で 制服の見直しが始まる

市立の一部の小・中・義務教育学校で、女子生徒がスカートだけでなくスラックスを着用できるようになりました。

男女の固定的な役割分担意識をなくすきっかけになるほか、自転車に乗りやすくなったり、防寒対策になったりと、体への負担を少なくするための工夫にもなっています。

2016年～

性的マイノリティへの支援

2016年から、市職員を対象に性的マイノリティへの理解を深め、職務にいかすための研修を実施。2019年からは性的マイノリティに関する相談窓口を開設しました。当事者やその家族、友人などの悩みに寄り添い、解決に導けるようにサポートしています。

また、いばらきパートナーシップ宣誓制度の宣誓をしたカップルが、家族として一緒に市営住宅に住めるようにしたり、「水戸市結婚新生活支援補助金」を受給できるようにしたりするなど、当制度の行政サービスへの適用を拡大し、性的マイノリティの人権が尊重される環境づくりを進めています。

男女平等参画基本条例施行25周年記念事業 ヒューマンライフシンポジウム 2026の開催

みなさんが考える
「未来のアタリマエ」を
おしえてください

今年度のヒューマンライフシンポジウムでは、参加型の企画を実施します。

「これからの未来、こんなアタリマエが増えてほしい!」というあなたの思いを投稿し、メッセージを発信しませんか。

日時▶9月20日(日) 13:30～16:00

場所▶市民会館

参加方法▶会場でパネルやSNSにコメントを投稿するか、専用フォームで

シンポジウムの詳細は、
市ホームページをご覧ください⇒



男の人も「育休1年
取ります!」と言える
のがアタリマエ

「女の子なんだから…」
って言われないのが
アタリマエ



2012年～

性別にとらわれない キャリア教育の支援

小中学生向けに、性別にとらわれず将来の職業を選択できるようにすることを目的として、男性保育士や女性消防士などのロールモデルを紹介する事業を開催しています。

また、2025年から、女子中高生を対象として、女子学生の割合が低い理系分野の大学や職場を訪問し体験する「理系進路発見バスツアー」を開催しています。

困ったことがあったら…

男女平等参画を阻害する問題に関する窓口▶月～金曜日(8:30～17:15)

女性のための労働相談▶第3土曜日(12:00～14:00)

性的マイノリティに関する相談▶電話は第2・4水曜日(18:00～20:00)

ナヤミゼロ
☎233-7830 (男女平等参画課内)

メールは随時

メールでの
相談は
こちらから⇒



DVに関する相談窓口▶月～金曜日(8:30～17:15)

女性相談▶月～金曜日(8:30～17:15)

☎232-9111 (子育て支援課内)

☒ ①・②・③・④・⑤・⑥に記入する基本事項

- ① イベント名(希望コース・希望日・時間)
- ② 〒・住所
- ③ 参加者全員の氏名(ふりがな)
- ④ 年齢・生年月日(学生は学校名・学年も)
- ⑤ 性別
- ⑥ 電話番号
- ※ その他必要事項

☒ 申込みや問合せの受付時間の記載のないものは、
開庁・開館時間

Event & Seminar

イベント & 講座情報

日付順に掲載しています

映画上映会

「MAZE」(監督:岡田主)を上映します。

先着各40名

- 日 9/17(木) 10:00~12:00、14:00~16:00
- 場 中央図書館
- 料 無料
- 申 当日受付
- 問 同館(☎226-3951)

ID 0083106

びわ染め体験

びわの葉を使って、手拭いを染めます。

抽選15名

- 日 9/19(土) 9:30~11:30
- 場 森林公園森の交流センター
- 料 800円
- 申 9/10(木)~12(土)に、☎で
- 問 同センター(☎252-7500)

大人のための朗読会

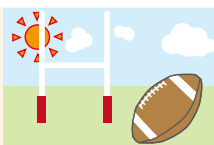
「カンカン軒怪異譚」(著:朱川湊人)を朗読します。

先着40名

- 日 9/19(土) 14:00~16:00
- 場 見和図書館
- 料 無料
- 申 当日受付
- 問 中央図書館(☎226-3951)

全国中学生ラグビーフットボール大会

将来の日本代表が全国から水戸に集い、熱いプレーを繰り広げます。



- 日 ①9/19(土) 15:40~18:20 ②9/20(日) 8:50~13:50 ③9/21(月) 8:50~13:05
- 場 ケーズデンキスタジアム水戸、ツインフィールド
- 料 無料
- 問 スポーツ振興協会(☎243-4592)



アダストリアみとアリーナ スタジオプログラム

どなたでも参加できる多種多様な教室を開催しています。

先着各20名

- 日 9/1(火)~30(水) 場 アダストリアみとアリーナ
- 対 18歳以上の方 料 900円(1回) ※そのほか、回数券やフリーパスなどもあります。
- 申 園で ※受付時間など、詳細は、お問い合わせください。
- 問 同施設(☎303-6335)



水戸の萩まつり

約750株の萩が咲き競います。期間中は、ライトアップのほか、さまざまなイベントを行います。

- 日 9/12(土)~10/4(日) 場 偕楽園
- 【偕楽園 秋の宵】
- 日 10/3(土) 15:00~20:00
- 【憩の庭】

見晴広場に置かれたさまざまな座具でくつろぎながら、憩いの空間で読書や飲食などを楽しめます。

【調の庭】
ヨガや天体観測、音楽鑑賞などを楽しみながら、こころとからだを調えます。

【遊の庭】
提灯づくりや香り袋づくりなどのワークショップや、野点茶会等の体験ができます。

【カフェ「楽」が1日限りの夜営業】

好文亭内にあるカフェ「楽」では、萩まつり限定の枳ティラミスなどを味わえます。

※詳細は、水戸観光コンベンション協会ホームページをご覧ください。

問 同協会(☎224-0441)



ID 0073982

千波湖環境学習会

逆川にすんでいる水生生物を調べます。

先着100名

- 日 9/13(日) 10:00~12:00 ※小雨決行
- 場 逆川緑地ふれあい広場(小門橋脇駐車場集合)
- 料 無料
- 申 当日受付
- 問 茨城県環境管理協会(☎248-7426)または環境保全課(☎232-9154)



日 日時 場 場所 対 対象 料 料金 申 申込み 問 問合せ

HP ホームページ メール メール 電話 電話 郵 郵送 国 国はがき 国 国往復はがき 窓 窓窓口 FAX ファックス

ID 0084514

茨城スケート教室

指導者による全3コースのスケート教室です。

先着180名②③各50名



日 9/26(土)から ※詳細は、茨城県スケート連盟ホームページをご覧ください。 場 山新スイミングアリーナ(ひたちなか市) 対 5~22歳の方 料 無料

申 9/5(土)から、HPで

問 茨城県スケート連盟小島方(☎090-1866-2699)またはスポーツ課(☎306-8136)



コントリビュートカップ 小学生バレーボール大会

全国の10歳以下の選手たちが元気いっぱいプレイします。



日 9/19(土)~21(月)

場 アダストリアみとアリーナ ほか

※詳細は、コントリビュートホームページをご覧ください。

問 コントリビュート(☎03-5247-1998)またはスポーツ振興協会(☎243-4592)



花の絵コンクール作品展

市内の保育所(園)・幼稚園児、小中学校の児童、生徒の優秀作品を展示します。



日 9/29(火)~10/12(月) 9:30~18:00

場 水戸芸術館

料 無料

問 住みよいまちづくり推進協議会事務局(☎228-6781)または市民生活課(☎232-9151)

みとオータム フェスティバル2026

さまざまなアトラクションやステージイベントをお楽しみください。



日 9/20(日) 9:00~15:00

場 ケーズデンキスタジアム水戸

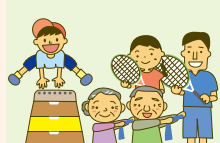
料 無料 ※有料アトラクションもあります。

問 スポーツ振興協会(☎243-4592)



令和8年度第2期短期水泳 教室・スポーツ教室

幼児から高齢者まで参加できる教室を各種開催しています。



日 9月から

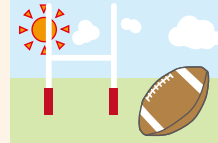
※教室の内容など、詳細は、募集要項をご覧ください。募集要項は、スポーツ振興協会ホームページ、各スポーツ施設で入手できます。

問 スポーツ振興協会(☎241-0704)



関東大学ラグビー リーグ戦第1部

流通経済大学対法政大学の試合です。



日 9/20(日) 16:30キックオフ

場 ケーズデンキスタジアム水戸

※料金など、詳細は、関東ラグビーフットボール協会ホームページをご覧ください。

問 同協会(☎03-3423-4421)またはスポーツ振興協会(☎243-4592)



ID 0084514

みとしん千波湖を歩こう 走ろう会

全長5kmの周回コースを、歩いたり走ったりしませんか。



日 10/3(土) 9:00~12:00 場 千波公園、偕楽園

※四季の原でも、さまざまなイベントを開催します。

料 無料 申 HPで

問 千波湖を歩こう走ろう会事務局(水戸信用金庫内、☎222-3315)またはスポーツ課(☎303-7808)



ID 0130440

千波湖川床2026

夜景を楽しみながら、特別な料理を味わいませんか。



日 9/24(木)~27(日) 16:00~21:00

場 千波湖親水デッキ

※詳細は、千波湖魅力向上事業実行委員会ホームページをご覧ください。

問 同委員会(☎090-7733-6001)または商工課(☎232-9185)



ID 0128785

企画展「水戸を掘る！」

近年の発掘調査の成果と、調査員による選りすぐりの遺跡や遺物を紹介します。



日 10/3(土)~12/27(日)

場 埋蔵文化財センター

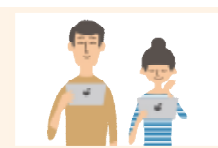
料 無料

問 同センター(☎269-5090)

ID 0071137

結婚出張相談会・登録会 in 水戸市

経験豊かな相談員が、結婚に関する相談などに応じます。



日 9/26(土) 10:30~16:00 場 下野健康増進センター
対 独身の方またはその家族など

申 相談会は予約不要。登録会は事前申込などが必要です。
問 いばらき出会いサポートセンター(☎224-8888)またはこども政策課(☎232-9176)



障害者のための カルチャー教室

さまざまな学びや体験ができる、
10月～翌3月の半年間の教室です。

抽選各若干名



講座名	期日	時間
スポーツ吹矢	月曜日	13:30～14:45
絵手紙	第2金曜日	10:00～11:30
押し花	第2金曜日	13:15～14:30

- 場** 身体障害者デイサービスセンターあかつか
対 市内に居住する障害者 ※付き添いの家族も参加できます。
料 無料 ※別途、教材費
申 9/25(金)までに、㊟、㊟で
問 同センターあかつか(㊟309-6633、㊟309-7735)

ID 0104513

森の陶芸教室(後期)

全10回の教室で、陶芸の基礎から
学んでみませんか。

抽選若干名



- 日** 10/6～R9.3/16の第1・3火曜日 10:00～14:00
場 森林公園自然環境活用センター
料 6,000円 ※別途、材料費など
申 9/10(木)～18(金)に、㊟で
問 森林公園森の交流センター(㊟252-7500)

ID 0130008

チャレンジいばらき 就職フェア(後期)

就職面接・説明会を開催します。



- 日** 10/9(金) 10:40～12:40、14:00～16:00
場 ホテルレイクビュー水戸
対 R9.3月に卒業予定または卒業後3年以内の未就職の方
料 無料 **申** 9月上旬から、HPで
問 県労働政策課(㊟301-3645)または商工課(㊟232-9185)



ID 0119912

公設市場「朝市」

毎月第2・4土曜日に開催。旬の生
鮮食料品など、さまざまな商品が
そろっています。



- 日** 10/10、11/14・28、12/12・26、R9.1/9・23、2/13・27、
3/13・27(土) 8:00～11:00 ※朝市の日以外でも、
休場日を除いていつでも買い物ができます。
場 公設地方卸売市場
問 同市場(㊟226-2331)

ID 0053778

KUNITA DE HALLOWEEN

親子で楽しく遊びませんか。お菓
子のプレゼントももらえます。



- 日** 10/4(日) 9:00～15:00
場 セツ洞公園
問 いばらきキャンドルナイト井坂方(㊟241-6884)、また
は公園緑地課(㊟232-9214)

ID 0130314

秋の植物観察会

まちなかにある自然豊かな逆川緑
地を散策し、秋の植物を観察します。

先着20名



- 日** 10/4(日) 9:30～12:00
場 逆川緑地
料 無料
申 9/16(水)の9:00から、㊟で ※小学生以下は保護者同伴
問 市立博物館(㊟226-6521)

ID 0102211

ふれあいのひろば

踊りやワンコインマッサージ、手
作り製品の販売などを行います。
障害のある人もない人もお気軽に。



- 日** 10/4(日) 9:30～14:30
場 千波公園ふれあい広場
問 ふれあいのひろば実行委員会(障害者(児)福祉団体連
合会内、㊟309-1001)または障害福祉課(㊟350-8053)

こどものための国際教育 講座～ハロウィン～

カナダ出身の講師から、英語でハ
ロウィンについて学びます。

先着各30名



- 日** 10/4(日) ①13:30～14:30 ②15:15～16:30
場 国際交流センター **対** ①4歳以上の未就学児とその
保護者 ②小学1～3年生とその保護者
料 300円(1名)
申 9/10(木)の9:00から、HPで
問 国際交流協会(㊟221-1800)



秋から始めるクリスマス ローズの栽培教室

実際に植替などを体験し、栽培方
法を学んでみませんか。

先着30名



- 日** 10/4(日) 13:30～15:00
場 植物公園
対 中学生以上
料 1,000円 ※別途、入園料
申 9/1(火)から、㊟で
問 同公園(㊟243-9311)



もっとイベントを知りたいときは
「イベント情報集約サイト」で！



ID市ホームページで
簡単に検索できます



「てつさちことお話の会」 朗読会

「夏の花」(作:原民喜)を朗読します。



日 10/17(土) 14:00から
場 東部図書館
対 中学生以上
料 無料
申 9/27(日)から、☎、☒で
問 同館(☎248-4051)

ID 0107960

Astemoリヴァーレ茨城 茨城県民デー

女子バレーボールトップリーグの
公式戦に招待・優待します。

招待各1,000名優待各500名



日 10/17(土)・18(日) 14:05から
場 ひたちなか市総合運動公園総合体育館
対 市内に居住または通勤・通学する方
申 9/27(日)までに、☒で
問 Astemoリヴァーレ茨城事務局(☎029-275-1583)またはスポーツ課(☎306-8136)



ID 0004265

ワクワクドキドキ みんなであそぼ！

中学生が企画したプログラムを、
自然の中で体験してみませんか。



日 10/18(日) 9:30～16:00(受付は9:00から)
場 少年自然の家
対 市内に居住または通学している小学4～6年生
料 無料
申 10/2(金)までに、☒で
問 生涯学習課(☎306-8692)



ID 0083106

森のヨガ教室

森林公園で、ヨガを体験してみま
せんか。



日 10/18(日) 13:00～14:30
場 森林公園森の交流センター
料 無料
申 9/16(水)～19(土)に、☎で ※ヨガマット持参
問 同センター(☎252-7500)

ID 0081350

史跡めぐり

鹿嶋・佐原地域の史跡を巡り、歴
史・文化の理解を深めるウォー
キング&バスツアーを実施します。



日 10/20・27(火) 8:50～17:00
場 市役所駐車場集合
料 2,500円
申 9/18(金)までに、☒で
問 歴史文化財課(☎306-8132)



ハッピーデイズ

ワークショップなどを行います。
ぜひ、ハロウィンの仮装をしてご
参加ください。



日 10/11(日)・12(月) 10:00～15:00 ※荒天中止
場 植物公園
料 ワークショップ500円から ※別途、入園料
問 同公園(☎243-9311)

ID 0003999

創業・スタートアップ・ セミナー

創業の基礎知識やビジネスプラン
の作成を学ぶ全5回の講座です。



日 ①10/11(日) ②10/18(日) ③10/25(日) ④11/1(日)
⑤11/22(日) 13:00～16:00 場 県立図書館
対 創業を希望する方、創業後5年未満の方など 料 無料
申 10/5(月)までに、☎、☒で、県中小企業診断士協会へ
問 同協会大和田方(☎090-9345-7378、☒qq4y4vky9@clock.ocn.ne.jp)または商工課(☎232-9185)

ID 0132180

水戸国際音楽祭2026

国内外のアーティストによるコン
サートなど、多彩なプログラムを
開催します。



日 10/16(金)～25(日)
場 市民会館、偕楽園、千波公園、弘道館ほか
※料金など、詳細は、水戸国際音楽祭2026ホームページを
ご覧ください。
問 水戸国際音楽祭実行委員会(☎090-3350-3100)または文
化交流課(☎291-3846)

自然観察会

初秋の風が心地よい植物公園で豊
かな自然にふれてみませんか。



日 10/16(金) 9:00～12:00 ※小雨決行、荒天中止
場 植物公園 対 市内に居住する方 料 500円
申 9/11(金)(当日消印有効)までに、☒で ※はがき1枚に
つき2名まで。
問 公園協会(☎310-0851千波町508-59、☎244-2895)



ID 0037033

私のHOW TO起業講座

講義や先輩女性起業家の体験談か
ら、起業を成功に導くヒントを学
びます。専門員相談もあります。



日 10/17(土) 13:00～16:00
場 市役所2階
対 起業を考えているまたは起業してまもない女性
料 無料
申 10/15(木)までに、☒、☎で
問 男女平等参画課(☎226-3161)



ID 0130186

今日も明日もごきげんに

読み聞かせ、片付け、運動で心地よく過ごすコツを学ぶ全3回の講座です。

抽選30名



日 ①10/29(木) ②11/5(木) ③11/11(水) 10:00~11:30
場 総合教育研究所 対 市内に居住または通勤・通学する18歳以上の方 料 無料
申 9/30(水)(必着)までに、HP、図で
問 みと好文カレッジ(〒310-0852笠原町978-5、☎303-6602)



ID 0044336

女性若手リーダーのためのスキルアップ講座

ストレスをためずに、良好な人間関係を築く「伝え方」を学びます。

先着20名



日 10/29、11/19(木) 13:30~16:30 場 市役所2階
対 市内に居住または通勤する女性若手リーダー・リーダー候補
料 無料
申 10/27(火)までに、HP、電で
問 男女平等参画課(☎226-3161)



ID 0132160

SEMBAKO Park Meditation 2026

キャンプやカヌー体験など、自然を肌で感じてみませんか。



日 10/31(土) 11:00~19:30、11/1(日) 7:00~12:00
場 千波公園ふれあい広場、さくら広場、みと好文テラス
※詳細は、水戸商工会議所ホームページをご覧ください。
問 同会議所(☎224-3315)または商工課(☎232-9185)

ID 0130042

職場環境改善セミナー

社労士がパートタイム・有期雇用労働者の待遇改善や子育て支援制度を解説します。

先着各50名



日 10/22(木) 14:00~16:10 場 市役所2階
対 市内に本社または事業所を有する中小企業の事業主・労務担当者など 料 無料
申 10/21(水)までに、HPで
問 茨城県社会保険労務士会(☎350-4864)または商工課(☎232-9185)

ID 0121668

サツマイモ収穫体験

6月に植え付けたサツマイモを1人4株収穫します。

抽選150名



日 10/24(土) 9:00~12:00
場 ふるさと農場
対 小学生以下のこどもとその家族
料 400円(1名)
申 9/12(土)~22(火)に、電で
問 森林公園森の交流センター(☎252-7500)

ID 0098176

ダイダラボウの大昔たいけん隊

海水から塩ができる様子の見学と、土器づくりをします。

抽選10組40名



日 10/24(土) 9:00~12:00
場 埋蔵文化財センター
対 小・中学生のこどもとその家族
料 無料
申 10/3(土)の9:00~16(金)に、HPで
問 同センター(☎269-5090)



ID 0084514

短期健康ボウリングコース

初心者対象の、基礎から学べる全4回のコースです。

先着各20名



日 10/27~11/24(火) ※5種類のコースがあります。詳細は、市ホームページをご覧ください。 場 水戸グリーンボウル 対 ボウリング未経験者または初心者
料 1,500円 申 電、電、FAXで、水戸市ボウリング連盟へ
問 同連盟(☎253-4439、FAX255-5228、mailto:mito_greenbowl@yahoo.co.jp)またはスポーツ課(☎306-8136)

ID 0128645

光圀公の実像と偉業

まもなく生誕400年を迎える、徳川光圀公について学ぶ全3回の講座です。

抽選40名



日 ①10/28(水) ②11/27(金) ③12/9(水) 10:30~12:00
場 千波市民センター 対 市内に居住または通勤・通学する18歳以上の方 料 無料
申 10/7(水)(必着)までに、HP、図で
問 みと好文カレッジ(〒310-0852笠原町978-5、☎303-6602)



フォークソングの調べ

「チェルシーと仲間たち」による美しいハーモニーを楽しみませんか。

先着50名



日 10/31(土) 13:30~15:00
場 東部図書館
料 無料
申 当日受付
問 同館(☎248-4051)

ID 0078388

体育祭市民スポーツ大会

市内34地区で実施する市民スポーツ大会です。



日 10月まで
※各地区での開催日時など、詳細は、市ホームページをご覧ください。
問 スポーツ課(☎306-8136)



ID 0129663

こみっとフェスティバル2027に 出展しませんか

募集

日ごろの市民活動の成果を、ステージやブースなどでPRしたり、他の団体との交流を深めたりしてみませんか。

対象▶NPO法人やボランティア団体など、市内で市民活動を行う団体

募集团体数▶ステージ発表コーナー、相談・交流コーナー、物販・体験コーナー…各10団体程度

料金▶無料

申込み▶9月30日(水)(当日消印有効)までに、HP、☎、✉、FAXで

※募集要項や申込書は、市民生活課、市ホームページで入手できます。

【こみっとフェスティバル2027】

日時▶令和9年2月20日(土)・21日(日) 午前10時～午後4時

場所▶イオンモール水戸内原1階メインコート



問 市民生活課(☎310-8610、☎232-9151、FAX 232-9238、✉kyodo@city.mito.lg.jp)

ID 0001590

障害基礎年金・遺族基礎年金

国民年金制度では、病気やけがで、障害や死亡といった不慮の事態が発生した場合、障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取ることができます。受給には、障害の程度や保険料の納付状況など、一定の要件があります。詳細は、お問合せください。

【障害基礎年金】

受給資格▶障害の原因となった病気やけがの初診日が、国民年金加入期間中の方、または20歳未満や60歳以上65歳未満で年金制度に加入していない期間にある方(老齢基礎年金を繰り上げて受給している方を除く) ※市役所での障害基礎年金の相談は事前予約制です。相談希望日の1か月前～前日に、☎で、国保年金課へ。

【遺族基礎年金】

受給資格▶国民年金加入中または老齢基礎年金の受給資格期間が25年以上の方が死亡した場合、その方によって生計を維持していた「子のいる配偶者」または「子」 ※「子」とは次のいずれかに限ります。
①18歳到達年度末日(3月31日)を経過していない
②20歳未満で障害年金の障害等級1級または2級に該当する

問 水戸北年金事務所(☎231-2283)または国保年金課(☎232-9529)

ID 0080749

デゴイチを守る会会員

募集

千波湖畔に展示されているデゴイチ(D51型蒸気機関車)の清掃やイベントなど、さまざまな活動を行っています。デゴイチを後世に残すために、参加してみませんか。

料金▶1,500円(年間)

申込み▶☎で



問 観光課(☎232-9189)

徳川ミュージアム ボランティアチームメンバー

募集

来館者の案内や、講演会・ワークショップの補助などを行う、サポートチームのメンバーを募集しています。詳細は、お問い合わせください。

定員▶若干名 申込み▶9月25日(金)までに、✉(件名に「ボランティアチーム参加希望」、本文に住所、氏名、年齢を記載)で、徳川ミュージアムへ

問 徳川ミュージアム(☎241-2721、✉museum@tokugawa.gr.jp)または観光課(☎232-9189)



ID市ホームページで
簡単に検索できます

HP ホームページ

✉ メール

☎ 電話

✉ 郵送

🪟 窓口

FAX ファックス

■ 共通事項

ID 0072932

シニアライフ講座 新任サポーター

募集

高齢者向け講座の運営、見守りなどを支援するサポーターを養成する研修会を開催します。

日時▶10月1日(木) 午前10時～11時

場所▶市役所3階

対象▶市内に居住する64歳以下の方

定員▶15名程度

料金▶無料

申込み▶開催日の2日前までに、☎で

問 地域支援センター(☎297-5903)

ID 0120180

生活保護費の追加給付(廃止世帯)

生活扶助基準改定に関する最高裁判決を踏まえ、改定前との差額分を追加給付します。

対象▶平成25年8月～令和8年3月に、水戸市で生活保

護を受給し、その後、生活保護廃止となった世帯

申込み▶令和9年7月31日までに、必要書類を添えて、

☎、🪟で、生活福祉課へ

※廃止時点の世帯主からの申し出が必要です。

問 追加給付直通ダイヤル(☎0120-851-222)または生活福祉課(〒310-8610、☎232-9171)

ID 0001046

介護マークを配布しています

認知症の方などの介護は、周りの人から見ると、介護していることがわかりにくいため、偏見や誤解を持たれてしまうことがあります。

市では、介護していることを周囲の方に理解してもらうために、外出時に身に付ける「介護マーク」を無料で配布しています。

【こんなときに活用してください】

- ・介護していることを、さりげなく周囲に知ってもらいたいとき
- ・外出先のトイレで付き添うとき
- ・男性介護者が女性用下着を購入するとき

配布対象▶市内に居住し、高齢者や障害のある方の介護をしている方

配布場所▶介護保険課、高齢福祉課、障害福祉課



問 茨城県福祉サービス振興会(☎241-6939)または介護保険課(☎232-9177)

ID 0002639

聴覚障害者等緊急通報システム (NET119)

耳に障害のある方などが、急病、交通事故、火災等の緊急時には、GPS機能付き携帯電話を利用して、消防へ緊急通報することができます。詳細は、市ホームページをご覧ください。

対象▶市内に居住し、身体障害者手帳を持つ方のうち、聴覚や言語機能に障害のある方または脳性麻痺による構音障害のある方 料金▶無料 ※別途、通信料

問 障害福祉課(☎232-9173)

ID 0105761

ナイスハート美術展 出展作品

募集

障害のある方が制作した絵画、書道、写真、陶芸・工芸作品を募集します。

申込み▶9月28日(月)までに、直接、障害福祉課または利用する障害者福祉施設へ

【ナイスハート美術展】

期間▶12月3日(木)～7日(月)

場所▶ザ・ヒロサワ・シティ会館

問 茨城県障害者スポーツ・文化協会(☎301-3375)または障害福祉課(☎350-8053)

ID 0123885

シン・いばらきメシ総選挙2026

県内44市町村の選りすぐりの新たなご当地グルメが来店。来場者の投票などにより、茨城を代表する新たなご当地グルメを決定します。水戸市からは、一般料理部門で「ウにぎり」、スイーツ部門で「焼きいもティラミス」がエントリーしています。

ぜひ、会場でお気に入りのご当地グルメに投票してください。 ※事前投票もできます。

【シン・いばらきメシ総選挙2026】

日時▶10月10日(土)～12日(月) 午前10時～午後4時(最終日は午後3時まで)
場所▶県三の丸庁舎 事前投票期間▶8月25日(火)～10月5日(月)



↑詳細はこちら



ウにぎり



焼きいもティラミス

※写真と実際の商品は異なる場合があります。

問 シン・いばらきメシ総選挙実行委員会事務局(県地域振興課内、☎301-2732)または観光課(☎232-9189)

ID 0056117

書籍を販売しています

【水戸の先人たち】

先人たち122人を紹介。 料金▶1,650円(税込)

【水戸の指定文化財】

文化財167件を紹介。 料金▶700円(税込)

【水戸城公式ガイドブック】

水戸城の全てを紹介。 料金▶1,320円(税込)

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 歴史文化財課(☎306-8132)

ID 0005296

野焼きは禁止されています

ドラム缶や素掘りの穴で、家庭ごみや剪定枝などの廃棄物を焼却する野焼きは、廃棄物処理法で禁止されています。野焼きは、「煙で窓が開けられない」「洗濯物に臭いがつく」など、近隣住民の生活環境に悪影響を及ぼすため、行わないでください。

これらのごみは、燃えるごみとして、収集日に出すか、清掃工場えこみっとに直接搬入してください。

【野焼きの禁止の例外】

「農業などを営むためにやむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却」として農業者が行う稲わらの焼却など、野焼きには禁止の例外があります。ただし、煙や臭いにより近隣住民から苦情が寄せられるなど、生活環境に支障がある場合は、焼却を中止してもらうことがあります。

【野焼きでお困りの方は】

廃棄物対策課にお問い合わせください。

受付時間▶月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時15分

※受付時間以外は、水戸警察署(☎233-0110)にお問い合わせください。

問 廃棄物対策課(☎350-8035)

ID 0058986

ペットを正しく飼いましょう

- ・最後まで愛情と責任を持って飼いましょう。愛護動物を虐待したり遺棄したりすることは犯罪です
- ・犬の放し飼いや、リード未装着での散歩はやめましょう。また、猫は室内で飼いましょう
- ・犬の登録と狂犬病予防注射を必ず行い、「鑑札」と「注射済票」を忘れずに首輪などに付けましょう
- ・犬や猫が迷子にならないように、マイクロチップを装着し、登録しましょう

問 動物愛護センター あにまるっとみと(☎350-3800)



ID市ホームページで
簡単に検索できます

HPホームページ

✉メール

☎電話

✉郵送

窓窓口

FAXファックス

■共通事項

ID 0090090、0129774

「空き家の賃貸住宅化」および「賃貸住宅化された家への住みかえ」を補助します

【空き家を賃貸住宅化する(戸建て住宅賃貸化リフォーム支援補助金)】

所有している空き家を賃貸住宅化する際の、リフォーム工事費用などを補助します。

補助金額▶リフォーム費用の3分の1(上限50万円)、
家財処分費(上限20万円)

交付要件▶居住誘導区域内にあり、延べ床面積75㎡
以上かつ築20年以上で、耐震性を有する空き家

※ほかにも要件があります。要件や申込方法など、
詳細は、お問い合わせください。

問 生活安全課(☎224-1113)

【賃貸住宅化された家に住みかえる】

「戸建て住宅賃貸化リフォーム支援補助金」を受けてリフォームを実施した戸建て賃貸住宅へ、居住誘導区域外から住みかえる子育て世帯などに、家賃の一部を補助します。

補助金額▶最大2万円/月 期間▶最大5年間

申込み▶10月1日(木)～令和9年1月29日(金)に、申込書に記入し、(郵便)・(窓口)で

※補助を受けるには要件があります。詳細は、お問い合わせください。

問 住宅政策課(☎310-8610、☎232-9222)

Information イッキ読み!

屋外広告物は

正しく美しく管理しましょう ID 0130050

看板などは、正しく掲出し、こまめに点検を行いましょう。安全の確保や良好な景観形成につながります。

問 都市計画課(☎232-9206)

建物を解体するときは、

工事の着手前に届出の提出を ID 0002727

床面積80㎡以上の建築物の解体工事は、着手する7日前までに、届出書を提出する必要があります。

問 建築指導課(☎232-9210)

農業者年金に加入しませんか ID 0005186

一定の要件を満たすと、保険料の国庫補助を受けられます。保険料は社会保険料の全額控除の対象になり、受給する年金についても控除の対象になります。

問 農業委員会事務局(☎232-9264)

夕暮れ時や夜間の外出には 反射材の活用を

ID 0129181

秋から冬にかけては、日没が早くなり交通事故が増加する時期です。白や黄色など目立つ色の服を着たり、反射材を着用したりして、事故を未然に防ぎましょう。

問 水戸警察署(☎233-0110)または生活安全課(☎224-1113)

自転車などの放置は やめましょう

ID 0003434

水戸駅や赤塚駅周辺は放置禁止区域です。即時撤去の対象となるので、決められた場所に駐めましょう。

問 生活安全課(☎224-1113)

みとの自然ガイドBOOK販売中 ID 0001034

鳥類、魚類、植物など、水戸の自然を学べます。

販売場所▶環境保全課 料金▶150円

問 環境保全課(☎232-9154)



ID市ホームページで
簡単に検索できます

HP ホームページ

✉ メール

☎ 電話

✉ 郵送

窓 窓口

FAX ファックス

■ 共通事項



相 談 窓 口



そのほかの相談窓口は
こちらから▶



※予約する際は、**申**がついている問い合わせ先へ。

相談の名称	内容	期日	時間	場所	問合せ
特設無料 人権相談所	暮らしの中で起こるさまざまな心配事、 人権問題、法律問題などの相談に、弁 護士や学識経験者などで構成する人権 擁護委員が応じます。	9/11(金)	10:00～ 15:00 (受付は 14:30まで)	市役所6階	福祉総務課(☎232-9169)、 水戸人権擁護委員協議会 (☎227-9919)
消費生活相談	消費者トラブルなどの相談に専門家が応 じます。期日ごとに、相談できる専門 家が異なります。 ※電話での事前予約が必要 【消費生活に役立つラジオ】 LuckyFM 茨城放送「消費生活について」 放送日時▶10/15(木) 17:30から	10/1(木) (建築士)	13:00～ 15:00	市役所2階	申 消費生活センター (☎226-4194)
		10/7(水) (司法書士)	13:30～ 15:30		
		10/14・28(水) (弁護士)	13:00～ 15:00		
		10/20(火) (精神保健福祉士)	10:00～ 15:00		

水戸市へのご寄附ありがとうございました

(令和8年1月～6月、敬称略、順不同)

▼地方創生など

常総開発工業(株)、大東建託(株)、日本生命保険相
互会社、(株)第一テクノ、(株)fundbook、イガラ
シ綜業(株)、(一社)日本中小企業金融サポート機構、
(株)リサイクルパーク、エネグローバル(株)、富士
コンサルタンツ(株)、(株)サードウェーブ、(株)求
人ジャーナル、(株)グロービス、(医)北水会、茨城
日産自動車(株)、ZAJUL(株)、(株)DYM、グロー
ビス・キャピタル・パートナーズ(株)、(株)染野製
作所、(株)秋山工務店、(株)ウエストエネギーソ
リューション、(株)ジェイエスケイ、水戸農業協同
組合、水戸グリーンエネルギー(同)、飯村機電工業
(株)、NOK(株)、(株)茨城ロボッツ・スポーツエン
ターテインメント、秩父ケミカル(株)、水戸緑化祭
り実行委員会、西川綾子、福田泰生

▼動物愛護寄附金

(一社)生命保険協会茨城県協会、Cait、(公社)日本愛玩動物協会、
(株)ハーベストジョイ、益子聡、宗真美、村上静枝、富田純子、
鴨志田里美、小森圭子、飯村智子、栗橋とみ子、飯田曜子、菊
池広幸、舟生麻利子、石川由紀、細野誠二、海野順子、和泉孝、
野沢宏太

▼教育文化

水戸地区交通安全協会、(株)常陽銀行、(株)みずほ銀行水戸支社、
損害保険ジャパン(株)、明治安田生命保険相互会社、第一生命
保険(株)、(一社)みと児童安全安心サポート会議、水戸ロータ
リークラブ、NPO法人Happyリレーいろいろ、水戸観光コン
ベンション協会青年部、(株)ZUO不動産、(株)勇進組、常磐
大学、荘司良一、菅井幸司、長嶺牧子、小松誠、むらかみりり
か、大串寛、浜口喜夫、浜口悦子、伊東祐之、鈴木京子、清水
彰平、高林厚輝

ID 0031094

食生活改善推進員養成講習会

募集

食をとおして地域の健康づくりを推進する食生活改善推進員を募集し、養成講習会を行います。

日時(全4回)	
10/27(火) 13:00~15:50	11/19(木) 10:00~15:50
12/10(木) 10:00~15:50	R9.1/18(月) 10:00~15:30

場所▶保健所 対象▶市内に居住する、昭和32年4月2日以降に生まれた方で、受講後に推進員としてボランティア活動ができる方

募集地区▶五軒、新荘、常磐、柳河、千波、酒門、城東、上大野、稲荷、石川、赤塚、双葉台、国田、吉田、吉沢、寿、緑岡、見川、梅が丘、河和田、上中妻、内原、妻里

定員▶各地区抽選2名程度 料金▶無料

申込み▶9月1日(火)~10月2日(金)に、HP、☎で

問 健康づくり課(☎243-7311)

ID 0102207

肩の痛みに関する リハビリセミナー

肩関節周囲炎・腱板断裂・拘縮肩について詳しく解説します。

先着30名

日 9/23(水) 13:30~15:30

場 水戸メディカルカレッジ

料 無料

申 9/19(土)までに、HPで

問 北水会記念病院(☎303-5182)または健康づくり課(☎243-7311)



ID 0098616

ひきこもりCRAFT教室

CRAFTというプログラムを用い、家族自身の負担を軽減し、家族関係の改善を目指します。全8回の教室。

先着4名

日 10/1・15・22・29、11/12・19、12/3・10(木)

18:00~19:30 場 保健所 対 市内に居住し、ひきこもり状態の方を支える家族で、おおむね70歳未満の方

※面談後に参加可能か、決定します。 料 3,300円

申 9/18(金)までに、☎で

問 健康づくり課(☎243-7311)



ID 0020800

年に1回の健診受診を習慣に!

水戸市における死亡原因の上位を占めるのは、「心疾患」「脳血管疾患」です。特定健診などの健診は、このような病気の原因となる糖尿病や高血圧症・脂質異常症などの予防と早期発見に着目した検査内容になっています。定期的に健診を受け、「心疾患」「脳血管疾患」になる前に、生活習慣の改善や早期治療へと結びつけましょう。

問 健康づくり課(☎243-7311)

ID 0084084

ヘルスPOWERフェス

健康で希望に満ちた未来へ!
高校生、大学生とコラボし、7回目の健康フェスを開催します。

日 10/18(日) 10:00~17:00

場 市民会館・京成百貨店・南町自由広場

料 無料 ※フィットネスなどの有料ブースあり。

申 フィットネスは9/14(月)から、HPで

問 ヘルスPOWERフェス実行委員会(☎221-6051)または健康づくり課(☎243-7311)



ID 0041776

減塩・適塩を心がけましょう

生活習慣を改善して、健康増進に努めましょう。1日の塩分摂取目標量は男性7.5g、女性6.5g(高血圧や腎機能が低下している方は6g以下)です。塩分の過剰摂取は、高血圧やむくみの原因となります。塩分の摂取量に留意するとともに、普段から血圧を測定し、高血圧などの循環器疾患の予防に努めましょう。

問 健康づくり課(☎243-7311)

ID 0005687

有毒な野生のキノコにご注意を

毎年9月から10月にかけて、有毒な野生のキノコによる食中毒が発生しています。

食用と確実に判断できない場合は、「採らない」「食べない」「売らない」「人にあげない」ようにしましょう。

野生のキノコを食べて体調が悪くなった場合は、直ちに病院を受診してください。

問 保健衛生課(☎243-7328)



ID市ホームページで
簡単に検索できます

ID 0005552、0030533

放課後学級と 民間学童クラブのご案内

仕事などにより、昼間、保護者のいない家庭の児童を対象に、公設の放課後学級、民設の民間学童クラブを開設しています。

放課後学級の令和9年度の利用申請の受付を、10月から開始しますので、提出期限や利用料金など、詳細は、市ホームページをご覧ください。

また、民間学童クラブについては、市ホームページをご覧ください。



問 こども政策課(☎350-5577)

ID 0104684

令和9年度幼稚園・認定こども園 (幼稚園機能部分)の入園児を募集します

【市立幼稚園・市立認定こども園(幼稚園機能部分)】

入園資格▶3～5歳児または4・5歳児

※園により対象年齢が異なります。

願書配布▶9月1日(火)から

願書受付▶11月2日(月)～10日(火) ※土・日曜日、祝日を除く。

【私立幼稚園・私立認定こども園(幼稚園機能部分)】

入園資格▶3～5歳児 ※満3歳児を募集する園もあります。

願書配布▶各園で配布中

願書受付▶11月2日(月)から

【国立幼稚園(茨城大学教育学部附属幼稚園)】

入園資格▶9月1日以降に茨城大学教育学部附属幼稚園のホームページをご確認ください。

願書配布▶9月25日(金)～11月4日(水)

願書受付▶11月5日(木) 午前9時～11時

※いずれも、願書の配布・受付は各園で行います。

選考方法など、詳細は、市ホームページをご覧ください。

※保育所(園)・認定こども園(保育所機能部分)の利用申込は、「広報みと」10月号でお知らせします。

問 幼児保育課(☎232-9243)

ID 0104179

パパといっしょに夢らんど Part2

親子ふれあい遊びや親子アートなどを体験。パパならではの遊びを伝授。



日 10/3・24(土) 10:00～11:45(全2回)

場 桜川市民センター

対 市内に居住または通勤する保護者と2・3歳のこども

料 200円

申 9/16(水)までに、HPで

問 みと好文カレッジ(☎303-6602)



ID 0003639

小規模特認校の 学校見学会を開催します

募集

小規模特認校は、特色ある教育活動や少人数によるきめ細かな学習指導を行っています。市内全域から通学でき、制服購入費や通学費の支給、教材費や校外活動費などの学校徴収金の無償化など、新たな就学支援や学習支援に取り組んでいます。

就学の条件▶次のすべてを満たす方

- ①児童・生徒が市内に居住している
- ②学校の教育活動・PTA活動に賛同し、協力する
- ③保護者の送迎または公共交通機関で通学する
- ④卒業まで在籍する

募集人数▶各学年25名程度(在籍者を含む)

申込み▶開催日前日までに、☎で、各学校へ

学校名	期日	時間
柳河小学校(☎221-5997)	9/25(金)	9:00～10:00
上大野小学校(☎221-6242)	9/25(金)	10:30～11:30
大場小学校(☎269-2103)	10/ 8(木)	9:30～10:30
国田義務教育学校(☎239-7118)	10/15(木)	10:10～11:10
下大野小学校(☎269-2003)	11/27(金)	10:30～11:30

問 学校管理課(☎306-8673)

ID 0002106

遺児養育手当の申請を忘れずに

水戸市に1年以上住所を有し、未就学児から高等学校などを卒業するまでの遺児を家庭で養育している方に、遺児養育手当を支給します。手当は、申請の翌月分から、遺児が18歳になって初めて迎える3月分まで支給します。申請方法など、詳細は、市ホームページをご覧ください。

手当額(遺児1人につき)▶両親ともに死亡した遺児…月額6,000円 父または母が死亡した遺児…月額3,500円

問 こども政策課(☎232-9176)

☑ ☎・☎・☎・☎に記入する基本事項

- ①イベント名(希望コース・希望日・時間)
- ②〒・住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢・生年月日
- ⑤性別
- ⑥電話番号
- ※その他必要事項

☑ 申込みや問合せの受付時間の記載のないものは、
開庁・開館時間

ID0017470

よ 食善く講座

先着各25名

高齢期に気を付けたい「低栄養」の予防について学ぶ講座です。

場所	日時
いきいき交流センターふれしあ	10/ 9(金) 10:00～11:30
下大野市民センター	10/16(金) 13:30～15:00
鯉淵市民センター	10/29(木) 13:30～15:00

☑ 市内に居住する65歳以上の方

料 無料

☑ 各開催時前日までに、☎で

☑ 地域支援センター(☎297-5903)

ID 0082327

在宅医療・介護のお話し会

先着20名

住み慣れた地域で心豊かに暮らすために、在宅医療や介護について考えてみませんか。

☑ 10/14(水) 10:00～11:30 ☑ 常磐市民センター

料 無料

☑ 10/13(火)までに、☎で、水戸在宅ケアネットワーク事務局へ

☑ 同事務局(☎228-6100)または地域支援センター(☎232-9110)

ID 0004097

～市民向け終活講座～ 老人ホームの種類と選び方

先着30名

「終活」の最初の一步。住まいの選択肢を広げてみませんか。

☑ 10/23(金) 10:00～11:30

☑ 県立健康プラザ ☑ 市内に居住する方

料 無料

☑ 10/1(木)～16(金)に、☎で、南部第二地域包括支援センターへ

☑ 同センター(☎303-8255)または地域支援センター(☎232-9110)

いきいき シニア 情報館

シルバー人材センター 入会説明会

知識や経験を活かし、地域社会に貢献しながら働いてみませんか。

日時	会場
9/11(金)、10/9(金) 13:30から	シルバー人材センター
10/26(月) 13:30から	寿市民センター

☑ 市内に居住する60歳以上の方 ☑ 料 無料

☑ 各開催日前日までに、☎、☎で

☑ シルバー人材センター(☎303-7272)



いきいき交流センター 作品展示発表会 あかね荘

各教室、クラブ受講生の作品展示や発表などを行います。

☑ 10/7(水) 9:00～15:00、10/8(木) 9:00～14:30

☑ 場 いきいき交流センターあかね荘

☑ 同センターあかね荘(☎252-5868)

ID 0017310

認知機能セルフチェック

1人5分程度で認知機能(脳の元気度)のチェックをしませんか。



場所	日時	定員
市役所1階	10/ 8(木) 10:00～16:00	先着 15名
	10/22(木) 10:00～16:00	
	11/ 5(木) 10:00～16:00	
	11/19(木) 10:00～16:00	
吉沢市民センター	10/ 9(金) 13:15～16:00	先着 30名
稲荷第二市民センター	11/ 6(金) 13:15～16:00	

☑ 市内に居住する65歳以上の方

☑ 料 無料

☑ 各開催日の1週間前までに、☎で

☑ 地域支援センター(☎297-5903)

VR機器をとおして見える画像の一例⇒



Meet in Mito

ミートインミト

～水戸で輝く人に会いにいく～

まちを形づくるのは、風景だけではなく、そこに暮らす人の力です。この連載では、市内で活躍する方の姿をとおして、地域の魅力と未来へのヒントを探ります。

問合せ ▶ みとの魅力発信課 (☎232-9107)

05 名字に魅せられ半世紀

名字研究家 ^{たかのぶ} 高信 ^{ゆきお} 幸男 さん

名字研究家としてテレビの人気バラエティーなどに出演している高信幸男さん。高信さんが名字に興味をもったのは、高校時代のことです。小中学校では同じ名字の同級生が多かったものの、高校ではさまざまな地域から生徒が集まり、名字の種類の多さに驚いたといいます。電話帳を開いてみると、読み方すら分からない名字がずらりと並び、高信さんは名字を調べることに夢中になりました。中でも「四月朔日」と書いて「わためき」と読む名字に出会った時の衝撃が、半世紀にわたる研究への第一歩となりました。

その後、法務省に就職してからも、休

始まりは一冊の電話帳



高信さんが法務省を定年退職した後、司法書士として事務所を構えたのは水戸市でした。「水戸は、食べ物がいしくて、野菜も新鮮。自然にも恵まれ、とても住みやすい」と話します。そんな水戸には、塙、人見、市毛、川又、綿引などの名字が多い一方、薮、七字、悉知といった全国的にも珍しい名字が混在し、水戸ならではの名字の世界が広がっています。



高信さんは、これまでの名字研究の成果を紹介した書籍を多数発行しています

名字の魅力を伝える

暇を利用しては電話で問い合わせたり、直接現地を訪ねて由来を聞いたりする『アポなし取材』を行って、時にはそのお宅に泊めてもらったこともあります。全国を飛びまわり、取材を行った『珍名さん』は54年間で千人を超えます。

そんな名字研究は、法務局職員として人権事務に携わっていた当時から、役に立っていました。こどもの悩みを受け付けるミニレターに、「名字が嫌でたまらない」という悲痛な訴えが届いたのです。そこで高信さんは、名字の成り立ちや由来を伝え、自分の名字に誇りがもてるよう手助けができたことがあったそうです。

「戸籍をたどれば、7、8代前のご先祖まで調べることができる可能性があります。以前、相続登記の依頼を受けたときに、戸籍をもとに家系図を作ったこともありますよ」と高信さん。

こうした専門的な知識も活かし、市民センターや学校など、地元での講演活動も積極的にに行い、特にこどもたちに、自分の名字の由来を調べることもおもしろさを伝えていきます。

また、地域での活動の傍ら、テレビ番組の「珍名対決」企画での活躍によって、全国で声をかけられることも増えました。そのような時も名字の確認は欠かせません。「新幹線で隣に座った人が珍しい名字だったこともあるんです」と人との出会いを楽しんでいきます。

高信さんがこれほどまでに名字と人に魅了されるのは、それらに大きな価値があると考えているからです。「家に伝わる刀や壺は売買できますが、名字は先祖が遺した、お金では買えない家宝です」と語る高信さん。その言葉には、54年間名字に魅せられ続けた熱い思いが込められています。これからの講演活動などを通じて、名字の魅力を多くの人に伝えていきたいと意欲を見せています。

